基于儿童心理发展的亲子阅读实践策略研究

汪润昕
宝鸡文理学院，陕西 宝鸡 721013
DOI:10.61369/ETI.2026070046

摘　　要： 近年来，亲子阅读作为促进儿童全面发展和提升家庭教育质量的重要途径之一，受到社会广泛关注。文章基于儿童心理发展特点，探讨了亲子阅读对3–6岁儿童在亲子关系、认知发展、社会性发展及未来学业等方面的积极影响。通过调查发现，当前亲子阅读在时间安排、材料选择、互动方式及情感回应等方面存在问题。基于此，文章提出了阶段适配、有效互动、情境支持及家园社协同等实践策略，旨在帮助家长科学开展亲子阅读，促进儿童全面发展。

关 键 词： 亲子阅读；儿童心理发展；家庭教育；阅读策略

A Study on Practical Strategies for Parent-Child Reading Based on Children's Psychological Development

Wang Runxin
Baoji University of Arts and Sciences, Baoji, Shaanxi 721013

Abstract: In recent years, parent–child reading, as one of the important approaches to promoting children's comprehensive development and enhancing the quality of family education, has garnered widespread social attention. Based on the characteristics of children's psychological development, paper explores the positive effects of parent–child reading on 3–6–year–old children in terms of parent–child relationships, cognitive development, social development, and future academic performance. The investigation reveals that current parent–child reading practices face issues in areas such as time arrangement, material selection, interaction methods, and emotional responsiveness. Accordingly, paper proposes practical strategies, including stage adaptation, effective interaction, contextual support, and collaboration among families, kindergartens, and communities, aiming to assist parents in scientifically implementing parent–child reading to foster the holistic development of children.

Keywords: parent–child reading; children's psychological development; family education; reading strategies

引言

近些年来，我国高度重视家庭教育体系建设，亲子阅读成了提升国家学前教育质量和推动全民阅读的关键抓手。《家庭教育促进法》提到，家庭应通过亲子阅读等亲子陪伴的方式来促使儿童健康成长，此外还要求政府和学校加强家庭教育指导服务，助力家长掌握科学育儿方法[1]。《全民阅读“十三五”时期发展规划》提出要大力倡导亲子阅读，发挥父母和未成年人监护人言传身教的重要作用，推动全社会共同创造与维护青少年良好的阅读环境[2]。

一、亲子阅读对儿童心理发展的作用

亲子阅读是指父母或其他主要照料者与儿童共同参与的阅读活动。过程中家长会用朗读、续编、提问等多种方式带儿童走进书的世界。早期就有国外学者开始关注这个领域，例如Chun-Ae J等人指出，亲子阅读不仅有助于儿童语言能力的发展，还能在亲密互动中拉近亲子间的距离[3]。近几年国内学者赵丽也提出，亲子阅读能通过温馨的互动加深亲子感情，助力儿童的认知发展和社会交往能力发展[4]。在本研究中亲子阅读主要指3—6岁儿童与父母共同进行的以纸质图画书或绘本为主要阅读材料，兼顾语言学习，情感交流与认知促进的家庭阅读活动。

（一）促进亲子关系，建立安全依恋

亲子阅读时，父母如果能做到全身心陪伴，声音也富有变化，再加上一些亲密的肢体接触，孩子的情感需要就能被很好地满足。父母与孩子一起体会故事里的喜悦、悲伤和惊喜，这种共同的经历会让他们慢慢建立起深度的情感共鸣与联结[5]。各类书籍还为亲子沟通提供了丰富的主题，比如说围绕故事情节展开讨论，或者谈一谈各自的感受，这都不是说教式的做法，而是一种比较平等的交流方式。这种开放的沟通模式会自然延伸至日常互动中，使儿童更乐意向父母敞开心扉。

 | Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

（二）促进儿童认知发展

亲子阅读就像一个为儿童大脑“施肥”的过程。语言方面，绘本中的词汇与句式远比日常口语复杂规范，所以儿童的词汇量能被迅速扩充。可以说，学习语言的重要途径之一就是阅读绘本[6]。富有想象力的文字和生动形象的插图能引导儿童在脑海中自主构建故事场景与情节。思维方面，父母可以先帮助儿童梳理故事情节与人物关系，之后引导儿童预测故事走向或分析角色行为动机，从而锻炼儿童的逻辑推理能力。总的来说，丰富的绘本涵盖了自然、科学、社会、生活常识等各个领域，这为孩子打开了认识世界的第一扇窗。

（三）促进儿童社会性发展

书籍是儿童早期学习社会规则和进行自我认知的“安全模拟器”。通过理解故事中角色的处境和感受，儿童能够学会站在他人的角度思考问题，这有助于其同理心和共情能力的发展[7]。故事情节与人物本身也能潜移默化地影响儿童，他们从主角的优美品质中学习美德，也能从反派的错误行为中理解后果，从而内化社会公认的道德和行为规范。而当儿童看到与自己有相似性（可以是情绪，也可以是经历或性格外貌特点）的角色时，还可以通过学习故事角色的处理方式为自己的情绪管理和人际交往方式提供范本，做到更好地自我认识与接纳。

（四）为儿童未来的学业与人生奠定基础

在儿童成长过程中，良好的学习习惯始终受到父母和教师的重视。早期形成良好的阅读体验，有助于儿童逐渐产生阅读兴趣，并养成持续阅读的习惯。阅读也是个体获取知识、拓展认知的重要途径。在阅读过程中形成的专注力和理解力，同样也是儿童今后学习各学科的重要基础。书中传递的价值观、勇气和智慧，也有助于儿童形成坚韧乐观的积极心理品质，从而更好地应对人生中各种挫折挑战。

二、亲子阅读目前存在的问题

经笔者在2025年9月至12月期间对H市实验幼儿园的100位幼儿家长调查发现，亲子阅读虽然有积极影响，但还存在显著问题，具体如下：

（一）亲子阅读面临时间与空间的双重困境

在时间安排上，家长普遍将“时间不足”和“孩子注意力不集中”视为亲子阅读的主要障碍。家长由于工作或家庭事务繁忙，难以保证充足的阅读时间；幼儿又受自身心理发展特点影响，普遍活泼好动且专注力较差，阅读活动因此频繁中断。从空间层面来看，多数家庭尚未形成稳定的阅读环境。仅有21%的家庭设置了固定的阅读角，大部分家庭仅凭当下具体情况临时选择阅读地点，这使得阅读活动缺乏持久性和稳定性。

（二）阅读材料的选择缺乏发展阶段适配性

调查数据显示，86%的家长关注过儿童心理发展特点，但是能够按照儿童年龄阶段去选择阅读内容及方式的家长仅有42%。这说明，家长对于儿童心理发展阶段性特征的认识及运用比较有限。另有14%家长表示，他们在挑选书籍时从未考虑过儿童心理特征，这容易导致阅读材料与儿童心理发展需求不匹配，进而影响阅读效果。

（三）亲子互动方式单调，家长情感回应不足

多数家长在亲子阅读的时候，仍采用传统的“机械朗读”方式，较少关注儿童的情绪变化，也缺乏主动引导儿童参与互动的意识。虽然有68%的家长会通过提问引导孩子思考，不过从整体上看，互动方式仍显单一，缺乏丰富性和创造性。访谈中，有些家长声称，虽然认识到亲子阅读的重要性，但缺少具体的操作方法，不知如何在阅读期间有效引导孩子思考和表达。

三、基于儿童心理发展的亲子阅读实践策略

（一）阶段适配性策略：基于3–6岁儿童心理特点的阅读材料与节奏安排

1.基于发展阶段的图书选择建议

3–6岁儿童处于皮亚杰认知发展理论的“前运算阶段”，思维具有具体形象性，易被生动的视觉刺激和贴近生活的内容所吸引，他们对鲜明、艳丽、夸张的色彩反应较为明显[8]，也更容易理解重复语句较多、情节简单的内容。随着儿童认知能力的发展，其阅读兴趣也逐步从最初的“图像吸引”转向“内容关注”，并从“情节理解”逐步发展到“情绪共鸣”与“角色认同”。

因此，家长选书的时候需兼顾认知发展阶段与主题内容的递进性：3–4岁：选择颜色鲜艳，内容重复率高的低幼绘本。主题以认识身体和家庭成员为主，帮助孩子建立“我是谁”的初步自我概念。4–5岁：可以选择情节简单和带有情绪表达的绘本，围绕“我和你”这一主题，引导儿童在故事中的各种生活情境里识别并表达情绪。5–6岁：可提供情节稍复杂，对话更丰富的故事书或认知类绘本，以“我在世界中”为主题，关注社会交往与规则意识，促进逻辑思维与社会认知的发展。总之无论哪个阶段，内容贴近儿童生活的故事绘本，更能引发他们内心深处的共鸣并在阅读中建立起认同感。同时为保持儿童的阅读兴趣，建议家长采用“系列阅读”的形式，即在一至两周内集中阅读多本同一主题的绘本，并通过角色扮演，故事续写等活动拓展阅读主题，将所学迁移至生活中，主题可根据孩子兴趣与现实生活灵活调整。

2.适配儿童注意力特征的阅读节奏安排

学前期儿童注意力持续时间短，而且易受干扰。3–6岁孩子平均注意力集中的时间在10–20分钟，阅读活动应尽可能维持在此区间内，防止时间太长造成阅读效率下滑。因此家长可以依照不同年龄段儿童注意力的发展特征采用以下方法：3–4岁儿童维持注意的能力比较差，阅读时间安排在10分钟左右即可，必要时可以把一个故事分成几回读完。4–5岁可逐渐把每次阅读的时间增多至15分钟。5–6岁儿童的注意力大幅提升，可以把阅读时间延长至20分钟。同时，尽可能挑选儿童情绪稳定，周边环境安静的时候进行阅读，如晨起、饭后、睡前。

（二）互动有效性策略：提升亲子阅读中的亲子互动质量

1.强化情感回应：构建安全依恋氛围

亲子阅读不仅是知识输入的过程，更是塑造安全依恋与情感

Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

交流的关键渠道。依恋理论指出，个体与父母在早期建立的依恋关系会对其未来的社会适应和情绪调节能力产生深远的影响[9]。因此家长需通过恰当的肢体接触、语调变化、眼神交流等非文字手段来营造温馨的氛围，增强儿童的安全感，拉近亲子关系。面对包含情绪内容的绘本，家长可以借助角色情境引导儿童识别并表达自己的感受，并以共情性的语言进行回应，在潜移默化中提升儿童的情绪理解与调节能力。

2.丰富互动方式：促进多方面发展

高质量的语言互动对儿童语言系统的构建至关重要，提问、复述、续编等互动形式能有效提升儿童的语言组织与表达能力。但部分家长表示其常因“不知道该问什么”或“孩子总是回答‘不知道’”而难以将阅读活动深入推进。因此提问策略应依据儿童认知水平递进设计：从引导儿童复述情节的“回忆性提问”，过渡到锻炼推理与想象的“预测性提问”，再提升至促进共情与表达的“情感性提问”。家长还可以在儿童原有表述上增添词汇和拓展句子结构，譬如把“这是小狗”扩句成“这是一只正在草地上玩皮球的小狗”，以此丰富其句式。

亲子阅读效果常常和互动方式的深入程度呈正比，因此亲子互动不应仅限于口头形式。学前期儿童模仿能力强，尤其喜爱“娃娃家”等象征性游戏，可以将角色扮演、动作演绎、故事接龙等创造性活动融入亲子阅读中，儿童通过亲身体验来提升参与感和代入感，并在具体情境中发展其换位思考和情绪调节能力，促进社会认知。

（三）情境支持性策略：打造沉浸式家庭阅读环境

稳定的阅读环境是高质量亲子阅读的基础，一个固定且温馨的家庭阅读角至关重要。定时更新的书籍和配备的开放式低位书架、专属坐垫、温馨的灯光共同营造的小型“阅读基地”可以加强儿童阅读时的归属感，提升专注度。不仅如此，合理规划阅读时间也十分关键。有59%家长认为“时间不够”是亲子阅读的主要难题，亲子阅读不能仅仅依靠空闲时刻，而是要同家庭作息相融合，如在晨起、饭后、睡前这些固定的时间开展短时间的阅读活动，或采取“任务拆解”“父母轮班”的办法化解该难题，形成稳定的阅读节奏。此外，父母应主动减少家庭环境中的干扰因素，阅读前关掉电子设备，调暗灯光，营造一个温暖、宽松、愉悦的精神氛围，让幼儿感受到阅读是一件幸福、有安全感的事[10]。

（四）家园社协同性策略：构建多元联动的亲子阅读支持系统

亲子阅读的可持续性及其效果，亦需要幼儿园及社区给予系统支持。调查显示，60%家长期望得到幼儿园与社区组织举办的专业活动与指导，反映出家长对于协同育人模式的极大需求。

幼儿园层面，教师的专业引领会给家长阅读行为带来示范效果，教师可以创建“亲子阅读档案”，定时在家长会上分享书单和互动技巧，设立“阅读角”和“借阅日”，鼓励家庭轮流携带图书来园分享。

社区层面的支持可体现在资源供应与空间营造上。图书馆可作为主要阵地，通过举办亲子故事会，绘本剧表演及“书香家庭”评选等活动，为家庭提供情境化阅读体验与交流平台。同时借助社区微信群、家长读书会、线上阅读平台促使家庭间共享经验，打破家庭阅读孤立的局面。

政策同样为协同育人提供了制度保障。《家庭教育促进法》等政策明确要求推动家庭教育由“个体经验”转向“社会支持”。通过设立专项基金来支撑学校和社区开展亲子阅读活动，构建专业教育指导体系，不仅能够有效提升家庭教育的质量，而且对弥补弱势家庭教育资源，促进教育公平具有深远意义。

亲子阅读是实现家园社协同育人，促进儿童全面发展的关键途径。唯有家长、幼儿园、社会形成合力，将科学的儿童观与教育方法融入日常，才能突破现实困境，真正让阅读滋养幼儿的童年，为其终身发展奠定坚实基础。

参考文献

[1]中华人民共和国教育部.家庭教育促进法[Z].北京：人民出版社，2021.

[2]中华人民共和国国家新闻出版广电总局.全民阅读“十三五”时期发展规划[Z].2016.

[3]Chun-Ae J，Jung-Hee C，Mi-Kyoung H.Development and Evaluation of a Parent-Child Reading Interaction Program[J].Journal of Korean Home Management Association，2010，28(1)：119-130.

[4]赵丽.基于幼儿语言发展的亲子阅读策略[J].文学教育(下)，2020，(07)：178.

[5]徐曦.基于家园共育的幼儿园亲子阅读指导策略[J].家长，2026，(2)：83-85.

[6]左宏蕊.阅读循环圈视角下5-6岁幼儿亲子阅读现状及指导策略研究[D].上海师范大学，2025.

[7]戴倩倩.亲子阅读对学龄前儿童亲社会行为的影响[D].西北师范大学，2025.

[8]王灵云.基于心理学的儿童绘本创作研究[D].北京服装学院，2012.

[9]杨梦珂.3-4岁幼儿亲子依恋与情绪调节能力的关系研究[D].天津师范大学，2023.

[10]刘海华.幼儿家庭亲子阅读的指导策略研究[J].才智，2019，(16)：76.

 Copyright © This Work is Licensed under A Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.